

陽だまり

第38号
令和6年6月



きららクラブ山形

一般社団法人

山形県老人クラブ連合会

〒990-0021 山形市小白川町2-3-31 県総合社会福祉センター 2階

tel (023)622-5601 fax (023)622-5606

ホームページ <https://www.kirara-yamagata.or.jp>

E-mail yrouren@poplar.ocn.ne.jp

(編集・印刷) 株式会社ニチコミ

☎03-5718-3900 <http://www.nichicom.com>

会長あいさつ



老人クラブ活動の再開と 推進について

きららクラブ山形（一般社団法人 山形県老人クラブ連合会）

会長 岸部 滋

県内老人クラブ会員の皆様には、日ごろから本会事業運営に対し、多大なるご理解とご協力をいただき心から御礼を申しあげます。

さて、令和5年5月に新型コロナウイルス感染症法の位置づけが5類に移行したこと

から、さまざまな規制や制限が緩和され、地域の老人クラブ活動も感染予防策を継続しながら活動を再開しました。

コロナ禍により人との接触や交流に制限が課せられたことによって、地域で集まることができない、活動をするのできない期間が長く続きました。その中で私たちは「地域とのつながり」について改めて考える時間を与えられているの

ではないかと考えていました。

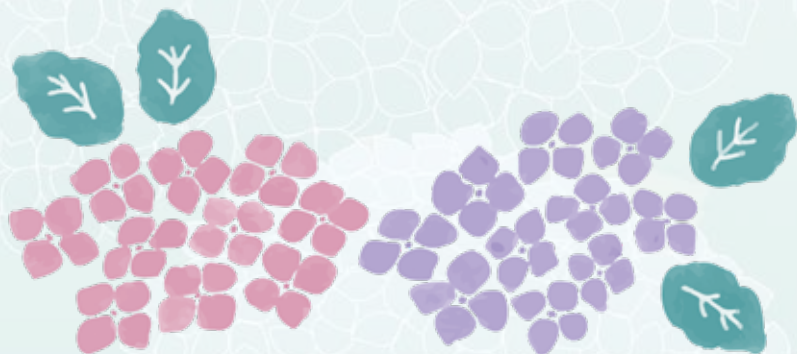
老人クラブはこれまで、介護予防や健康寿命の延伸など高齢者一人ひとりが健康でいつまでも住み慣れた地域で生活を送れるよう

「健康づくり活動」を中心として取り組みが行われてきました。が、コロナ禍で工夫を凝らしながら活動を継続してきたクラブ、安全が確保されるまで活動を待機してきたクラブ、いずれも

人との『つながり』が必要であります。

本会としては、令和6年度から仲間や地域との『つながり』を優先に地域における高齢者の健康づくりや生きがいづくりなどの活動の推進を行うことになりま

したので、皆様のご理解とご協力を得ながら事業を推進してまいります。



もくじ

会長あいさつ	1	能登半島震災救援拠金・賛助会員の協力金報告	10
令和6年度基本方針と事業計画	2	体験レポート	11
令和6年度収支予算概要	3	高齢者保養施設のご案内	12
復活クラブ紹介	4～5	先生、おしえて！『公式ワナゲ Q&A』	13
老人クラブ事務お助け隊事業	6	おらほの事務局さん	14
高齢者による「地域支え合い推進事業」役員懇談会	7	佐藤正知元常務理事兼事務局長を偲んで（編集後記）	15
山形県議会厚生環境常任委員会との意見交換会	8～9	きららクラブ山形からのお知らせ	16



県が策定した「やまがた長寿安心プラン」の中でも、老人クラブは仲間づくりを通して「地域支え合い活動」や「健康づくり活動」など、多様な社会参加の場や地域の担い手としてその役割に期待が高まっています。今年4月に施行された「孤独・孤立対策推進法」は「孤独・孤立に悩む人を誰一人として残さない社会」「人と人との『つながり』が生まれる社会」づくりを目指し関係機関と連携しながら各種事業に取り組

【基本方針】

急速に進む少子高齢化社会において、本県では高齢者数が2025年にピークを迎えます。

お計画をしました。

県老連は、時代の変化に対応しつつ、仲間や地域との『つながり』を優先に、高齢者や子どもの地域見守り活動

や友愛活動を推進し、高齢者の健康づくりや生きがいづくりなど多様な活動の支援・推進を行います。

- 【取り組みの重点事項】
1. 「地域共生社会」の実現に向けた取り組みの推進
 2. 会員増強への取り組み
 3. 高齢者の健康づくり・生活支援活動の推進

令和6年度基本方針と事業計画

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

メインテーマ

【事業の重点目標】

1. 組織の充実・強化に向けた取り組みの推進	① 老人クラブの意識や有用性への理解を深める取り組みの推進
	② 健康づくり活動や友愛活動など具体的な活動を通じた加入促進
	③ 年代・性別バランスの取れた会員加入に向けた呼びかけと勧誘
	④ 会員加入促進成功事例の発掘と情報提供
	⑤ ホームページを活用した広報と情報提供
	⑥ 地域や関係団体と連携した活動の推進
2. 高齢者を地域で支える仕組みづくりに資する運動の展開	① 健康活動
	② 友愛活動
	③ 奉仕活動
3. 制度・施策、高齢者に関わる課題等の学習と実践	① 老人クラブ組織強化・活動への理解促進と予算の確保
	② 社会保障制度の学習と提言・提案活動
4. 会員の安全対策と連帯意識の高揚	① 「老人クラブ傷害保険（総合型・活動型）」「賠償責任保険」の普及拡大
	② 「老人クラブ会員章」の着用と普及拡大

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

さいとう歯科医院

SAITOH DENTAL CLINIC

院長 齋藤 知也

診療時間 9:00～13:00
14:00～19:00

鶴岡市上山添字神明前137

☎(0235)57-4320

医療法人社団 健好会

サイトー内科 内科

院長 齋藤 好正

【診療時間】9:00～12:30 / 14:00～18:00

【休診日】木曜・土曜午後・日曜・祝日

酒田市一番町9-9

TEL.0234-23-7718



古谷眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30～13:00	●	●	●	●	●	●
15:00～18:00	●	●	●	／	●	／

※午前受付12:00まで ■休診：日曜日、祝日、木・土曜日午後

東田川郡庄内町余目字猿田 92-12

TEL.0234-42-2611



永井医院

NAGAI CLINIC since 1998
内科・循環器科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
7:30～12:00	○	○	○	○	○	○	休
15:00～18:00	○	休	休	○	△	休	休

休診日：火曜、水曜、土曜午後・日曜、祝日 ※金曜午後は16:00～19:00まで診療
最上郡最上町向町 536-9

TEL 0233-46-1511

庄内すこやか薬局

開局時間 月～金 8:30～18:30

木 8:30～16:30

土 8:30～13:00

休 日・祝日

東田川郡庄内町余目字猿田91-1

TEL 0234-45-1311

歯科

佐藤歯科診療所

院長 中村公俊 理事長 佐藤恒雄

診療時間 午前9:00～12:00 / 午後2:00～6:00

休診日 日曜・祝日

鶴岡市羽黒町野荒町水上30-2

☎0235-62-2164



令和6年度収支予算概要

地域の資源としての老人クラブの存在を高めるために予算を活用

令和6年度の一般会計予算総額は1545万円で、前年度補正予算比33万円減となっています。収支のバランスを見てみると、収入全体の3割弱が会費収入で、国と県からの補助金が55%となっています。

その他、共同募金配分金を加えると収入の6割弱は公金が占めています。

今年度は、本会の活動基本である「健康」「友愛」「奉仕」の目標を推進していくため約514万円の事業活動費を確保しました。市町村老連との連携や地域の若手担い手育成事業に取り組んでいきます。また、「老人クラブ事務お助け隊事業」は継続となり、単位ク

ラブ・市町村老人クラブ連合会の事務処理等

を行っています。

県老連は、市町村老

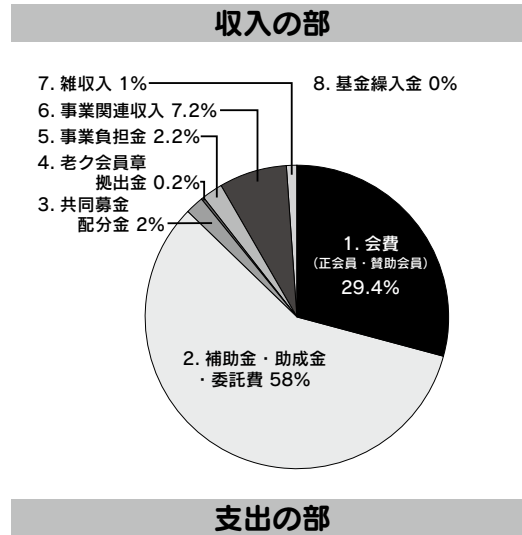
の負担軽減や効率化のために、ニーズに対応した支援

連と連携し、会員増強や組織活性化に取組み、地域の資源としての老人クラブの存在意義を高めてまいります。

令和6年度一般会計予算概要

【収入の部】	
科目	予算額(円)
1. 会費(正会員・賛助会員)	4,557,600
2. 補助金・助成金・委託費	8,959,000
3. 共同募金配分金	300,000
4. 老ク会員章拠出金	30,000
5. 事業負担金	340,000
6. 事業関連収入	1,113,000
7. 雑収入	160,000
8. 基金繰入金	0
計	15,459,600

【支出の部】	
科目	予算額(円)
1. 継続事業費	5,147,000
2. 活動推進員人件費	4,018,000
3. 事務お助け隊人件費	2,445,000
4. 法人運営管理費	3,470,000
5. 予備費	50,000
計	15,130,000



私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

鮭川訪問看護ステーション
灯-ともり-
 最上郡鮭川村大字川口2839-33
 TEL.0233-25-8227 FAX.0233-25-8228

内科・循環器内科
阿部内科クリニック
 内科・循環器科
 ●診療時間 午前9時～12時
 午後2時～6時
 ●休診 木曜・土曜午後・日曜・祝日
 新庄市大字泉田字泉田465
☎(0233)-24-2020

社会福祉法人 立川厚生会
特別養護老人ホーム
山水園
 東田川郡庄内町狩川字笠山433番地3
TEL0234-56-3522

高橋歯科医院
 新庄市東谷地田町10-3
TEL 0233-23-2424

内科・糖尿病内科・内分泌内科
医療法人 小内医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
13:00～17:00	●	●	●	—	●	—

 第2・第4土曜・日曜・祝日は休診
 新庄市鉄砲町 7-28
TEL:0233-22-2036

笑顔と幸せを紡ぐ
 社会福祉法人幾久栄会
幸楽荘
 酒田市小泉字前田50
tel.0234-64-3711



私たちのクラブは、 復活クラブです！

小国町老人クラブ連合会所属 『福寿会』

会員数24人（男性4人 女性20人）

取材対応…会長 中津川キリ子さん、青木敏子さん

もともとあった地域の老人クラブは、コロナ以前は少人数で活動をしていました。しかし一旦休会となっていたのです。地域の人が

ちはとてもいい人ばかりなのに、隣近所でもあまり行き来がなくて『つながり』の希薄化を感じていました。高齢者が多くなった今、



青木敏子さん、中津川キリ子さん(会長)、須貝洋子さん
笑顔が素敵な3人

地域のつながりはとても重要なのではないかと中津川さんと青木さんは思い始めていました。

そんな中、町主催の高齢者体育大会に参加したところ、楽しそうな競技が盛りだくさんで、他の地域のの人たちとも交流ができて楽しさがいっぱいでした。

しかし我がチームは参加者が少ないため同じメンバーが何回も出場したり、「まり入れ」の競技のときは他のクラブの人に手伝ってもらいながら参加しなければならぬ状況で、淋しい気持ちでした。

そこで私たちは老人クラブで地域の人々との『つながり』を作ろうと立ち上がり、町社協に相談。

何も知らないまま、とりあえず会員になつてくれる方々に声をかける日々でした。

そして話し合いの場を設け役員等を決めましたが、今、前役員の大変さをひしひしと感じているところです。

初めての新年会を9名ほどの少人数で行いましたが楽しいひとときを過ごしました。また機会をみて日帰り旅行などの計画を立てたいと考えています。



高齢者体育大会で行われた「まり入れ」

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》 ■

未来につなぐ
総合建設業 株式会社 **みなと**
MINATO

酒田市浜松町3番56号
TEL.0234-33-5411

MS 各種生産設備設計製作
株式会社 **最上創研**

本社 新庄市大字鳥越字南沢山神沢2737-1
TEL0233-23-3110
河北工場 西村山郡河北町大字吉田字花ノ木1232-39
TEL0237-84-1075

建設コンサルタント 測量業 補償コンサルタント

総合建設コンサルタント
株式会社 **大成技術コンサルタント**

代表取締役 矢口 喜美江

最上郡舟形町舟形501-5
TEL 0233-32-3677 FAX 0233-32-3321

クロス・床工事・ふすま貼
カーテン・ブラインド・カーペット
室内装飾全般

株式会社 **横山室内**

新庄市金沢字谷地田1487-1
TEL 0233-23-2577

建具・家具製造

有限会社 **伊藤建具**

新庄市金沢2248-1
Tel 0233-28-7230

出羽菓子処

みのりや

鶴岡市宝田三丁目9番22号
☎0235-23-4142

有限会社 達商



あたたかく家族のような仲間

令和5年度の1年間だけ村老連所属を休会した『野口福寿会』、今回、復活クラブとして陽だまりの取材を依頼したところ、仲良いメンバーが時間どおりに集合。来れなかった仲間のことも「〇〇に用事があるって出かけたな」と予定を把握していて大家族みたいな雰囲気

うです。それでも元気な80代と70代のメンバー。村老連に所属していないと、公式ワナゲ大会やグラウンドゴルフ大会、村の行事に参加できないことが何より不便で淋しかったとか。

村老連の富澤会長が矢口会長に「再加入してはどうか」と何度か話をしたことで村老連へ復活することになりました。6月は朝日町へ1泊

旅行を計画中で、村老連主催の公式ワナゲ大会にも出場を予定しているとのこと。復活した経緯を取材していましたが、女性委員長の田中さんはメンバー自慢の料理上手でお漬物が一番おいしくとかお話が脱線することも。（DDTやトラホーム・サントニンの話まで発展しました）最後に今日のメンバーとワナゲの練習をして復活のお祝いに記念写真をとりました。今後の活躍に期待しています。

戸沢村老人クラブ連合会所属 『野口福寿会』
会員数10人（男性4人 女性6人）
取材対応…会長 矢口太一さん、女性委員長 田中啓子さん、
他女性3名、男性2名



大会出場目指し特訓中

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》 ■

相続書類の作成、遺言書作成助言
遺産分割協議書の作成、他

後藤和夫行政書士事務所

鶴岡市羽黒町十文字字十文字123

☎0235-62-2370

税理士法人
社会保険労務士法人
行政書士法人

プロゲート

新庄本店 新庄市鉄砲町9-17

Tel.0233-22-8211

Fax.0233-22-7996

相続・税務・労務・経営のワンストップサービス

デイサービス・ショートステイ

社会福祉法人庄内福祉会
在宅介護複合施設ほづみ

〒998-0005 酒田市宮海字林内23番地

TEL0234-33-1150

創業70年



プロの信頼に
こたえて

鶴岡市新形町9-1

☎0235-24-1380

業務用 制服・ユニフォーム・白衣

(株)トータルクリーニングサービス

T2C

集配エリア

山形県全域・宮城・新潟

鶴岡市安丹字村上6-2

TEL・FAX 0235-25-4839

車検等安く



要予約

■タイヤ交換1台 ¥2,200

コンプリー

株式会社 辰勇 CarMedical Complete

定休日 毎週土曜日

鶴岡市道形町47-1 TEL 0235-23-1041



予算書

収入の部				支出の部			
科目	予算額	実績額	残高	科目	予算額	実績額	残高
1 会費収入	20,000			1 会費支出	20,000		
2 補助金収入	50,000			2 補助金支出	50,000		
3 雑収入	10,000			3 雑支出	10,000		
4 雑収入	10,000			4 雑支出	10,000		
5 雑収入	10,000			5 雑支出	10,000		
6 雑収入	10,000			6 雑支出	10,000		
7 雑収入	10,000			7 雑支出	10,000		
8 雑収入	10,000			8 雑支出	10,000		
9 雑収入	10,000			9 雑支出	10,000		
10 雑収入	10,000			10 雑支出	10,000		
11 雑収入	10,000			11 雑支出	10,000		
12 雑収入	10,000			12 雑支出	10,000		
13 雑収入	10,000			13 雑支出	10,000		
14 雑収入	10,000			14 雑支出	10,000		
15 雑収入	10,000			15 雑支出	10,000		
16 雑収入	10,000			16 雑支出	10,000		
17 雑収入	10,000			17 雑支出	10,000		
18 雑収入	10,000			18 雑支出	10,000		
19 雑収入	10,000			19 雑支出	10,000		
20 雑収入	10,000			20 雑支出	10,000		
21 雑収入	10,000			21 雑支出	10,000		
22 雑収入	10,000			22 雑支出	10,000		
23 雑収入	10,000			23 雑支出	10,000		
24 雑収入	10,000			24 雑支出	10,000		
25 雑収入	10,000			25 雑支出	10,000		
26 雑収入	10,000			26 雑支出	10,000		
27 雑収入	10,000			27 雑支出	10,000		
28 雑収入	10,000			28 雑支出	10,000		
29 雑収入	10,000			29 雑支出	10,000		
30 雑収入	10,000			30 雑支出	10,000		
31 雑収入	10,000			31 雑支出	10,000		
32 雑収入	10,000			32 雑支出	10,000		
33 雑収入	10,000			33 雑支出	10,000		
34 雑収入	10,000			34 雑支出	10,000		
35 雑収入	10,000			35 雑支出	10,000		
36 雑収入	10,000			36 雑支出	10,000		
37 雑収入	10,000			37 雑支出	10,000		
38 雑収入	10,000			38 雑支出	10,000		
39 雑収入	10,000			39 雑支出	10,000		
40 雑収入	10,000			40 雑支出	10,000		
41 雑収入	10,000			41 雑支出	10,000		
42 雑収入	10,000			42 雑支出	10,000		
43 雑収入	10,000			43 雑支出	10,000		
44 雑収入	10,000			44 雑支出	10,000		
45 雑収入	10,000			45 雑支出	10,000		
46 雑収入	10,000			46 雑支出	10,000		
47 雑収入	10,000			47 雑支出	10,000		
48 雑収入	10,000			48 雑支出	10,000		
49 雑収入	10,000			49 雑支出	10,000		
50 雑収入	10,000			50 雑支出	10,000		
51 雑収入	10,000			51 雑支出	10,000		
52 雑収入	10,000			52 雑支出	10,000		
53 雑収入	10,000			53 雑支出	10,000		
54 雑収入	10,000			54 雑支出	10,000		
55 雑収入	10,000			55 雑支出	10,000		
56 雑収入	10,000			56 雑支出	10,000		
57 雑収入	10,000			57 雑支出	10,000		
58 雑収入	10,000			58 雑支出	10,000		
59 雑収入	10,000			59 雑支出	10,000		
60 雑収入	10,000			60 雑支出	10,000		
61 雑収入	10,000			61 雑支出	10,000		
62 雑収入	10,000			62 雑支出	10,000		
63 雑収入	10,000			63 雑支出	10,000		
64 雑収入	10,000			64 雑支出	10,000		
65 雑収入	10,000			65 雑支出	10,000		
66 雑収入	10,000			66 雑支出	10,000		
67 雑収入	10,000			67 雑支出	10,000		
68 雑収入	10,000			68 雑支出	10,000		
69 雑収入	10,000			69 雑支出	10,000		
70 雑収入	10,000			70 雑支出	10,000		
71 雑収入	10,000			71 雑支出	10,000		
72 雑収入	10,000			72 雑支出	10,000		
73 雑収入	10,000			73 雑支出	10,000		
74 雑収入	10,000			74 雑支出	10,000		
75 雑収入	10,000			75 雑支出	10,000		
76 雑収入	10,000			76 雑支出	10,000		
77 雑収入	10,000			77 雑支出	10,000		
78 雑収入	10,000			78 雑支出	10,000		
79 雑収入	10,000			79 雑支出	10,000		
80 雑収入	10,000			80 雑支出	10,000		
81 雑収入	10,000			81 雑支出	10,000		
82 雑収入	10,000			82 雑支出	10,000		
83 雑収入	10,000			83 雑支出	10,000		
84 雑収入	10,000			84 雑支出	10,000		
85 雑収入	10,000			85 雑支出	10,000		
86 雑収入	10,000			86 雑支出	10,000		
87 雑収入	10,000			87 雑支出	10,000		
88 雑収入	10,000			88 雑支出	10,000		
89 雑収入	10,000			89 雑支出	10,000		
90 雑収入	10,000			90 雑支出	10,000		
91 雑収入	10,000			91 雑支出	10,000		
92 雑収入	10,000			92 雑支出	10,000		
93 雑収入	10,000			93 雑支出	10,000		
94 雑収入	10,000			94 雑支出	10,000		
95 雑収入	10,000			95 雑支出	10,000		
96 雑収入	10,000			96 雑支出	10,000		
97 雑収入	10,000			97 雑支出	10,000		
98 雑収入	10,000			98 雑支出	10,000		
99 雑収入	10,000			99 雑支出	10,000		
100 雑収入	10,000			100 雑支出	10,000		

金銭出納

月日	番号	科目	摘要	収入	支出	残高
4/18	1	会費収入	①1,000×18名	18,000		127,701
4/18	8	会議費	総会 茶代		3,153	124,548
5/23	14	交際活動費	朝顔事業(経代、コピー代)		2,200	122,348
6/30	3	助成金収入	市より活動助成金	45,000		167,348
7/12	2	補助金収入	市老人クラブ連合会より	7,500		174,848
7/12	12	分損金支出	市老人クラブ連合会会費		5,000	169,848
7/12	17	学習活動費	川柳会(食品、お茶代)		11,063	158,785
8/28	11	会費	会員〇〇氏 会費	5,000		153,785

ご不明な点などありましたら、
下記までご連絡をお願いいたします。

きららクラブ山形(山形県老人クラブ連合会)
〒990-0021 山形市小白川町 2-3-31
電話:023-622-5601 FAX:023-622-5606
事務お助け隊専任 高橋ひでよ

決算書

【令和5年度決算書】

期間 令和5年4月1日 ～ 令和5年3月31日

収入の部 150,000 円

支出の部 20,000 円

繰越金 130,000 円 (繰越金)

科目	予算額	決算額	繰越金	繰越金
1 会費収入	20,000	20,000	0	0
2 補助金収入	50,000	50,000	0	0
3 雑収入	10,000	10,000	0	0
4 雑収入	10,000	10,000	0	0
5 雑収入	10,000	10,000	0	0
6 雑収入	10,000	10,000	0	0
7 雑収入	10,000	10,000	0	0
8 雑収入	10,000	10,000	0	0
9 雑収入	10,000	10,000	0	0
10 雑収入	10,000	10,000	0	0
11 雑収入	10,000	10,000	0	0
12 雑収入	10,000	10,000	0	0
13 雑収入	10,000	10,000	0	0
14 雑収入	10,000	10,000	0	0
15 雑収入	10,000	10,000	0	0
16 雑収入	10,000	10,000	0	0
17 雑収入	10,000	10,000	0	0
18 雑収入	10,000	10,000	0	0
19 雑収入	10,000	10,000	0	0
20 雑収入	10,000	10,000	0	0
21 雑収入	10,000	10,000	0	0
22 雑収入	10,000	10,000	0	0
23 雑収入	10,000	10,000	0	0
24 雑収入	10,000	10,000	0	0
25 雑収入	10,000	10,000	0	0
26 雑収入	10,000	10,000	0	0
27 雑収入	10,000	10,000	0	0
28 雑収入	10,000	10,000	0	0
29 雑収入	10,000	10,000	0	0
30 雑収入	10,000	10,000	0	0
31 雑収入	10,000	10,000	0	0
32 雑収入	10,000	10,000	0	0
33 雑収入	10,000	10,000	0	0
34 雑収入	10,000	10,000	0	0
35 雑収入	10,000	10,000	0	0
36 雑収入	10,000	10,000	0	0
37 雑収入	10,000	10,000	0	0
38 雑収入	10,000	10,000	0	0
39 雑収入	10,000	10,000	0	0
40 雑収入	10,000	10,000	0	0
41 雑収入	10,000	10,000	0	0
42 雑収入	10,000	10,000	0	0
43 雑収入	10,000	10,000	0	0
44 雑収入	10,000	10,000	0	0
45 雑収入	10,000	10,000	0	0
46 雑収入	10,000	10,000	0	0
47 雑収入	10,000	10,000	0	0
48 雑収入	10,000	10,000	0	0
49 雑収入	10,000	10,000	0	0
50 雑収入	10,000	10,000	0	0
51 雑収入	10,000	10,000	0	0
52 雑収入	10,000	10,000	0	0
53 雑収入	10,000	10,000	0	0
54 雑収入	10,000	10,000	0	0
55 雑収入	10,000	10,000	0	0
56 雑収入	10,000	10,000	0	0
57 雑収入	10,000	10,000	0	0
58 雑収入	10,000	10,000	0	0
59 雑収入	10,000	10,000	0	0
60 雑収入	10,000	10,000	0	0
61 雑収入	10,000	10,000	0	0
62 雑収入	10,000	10,000	0	0
63 雑収入	10,000	10,000	0	0
64 雑収入	10,000	10,000	0	0
65 雑収入	10,000	10,000	0	0
66 雑収入	10,000	10,000	0	0
67 雑収入	10,000	10,000	0	0
68 雑収入	10,000	10,000	0	0
69 雑収入	10,000	10,000	0	0
70 雑収入	10,000	10,000	0	0
71 雑収入	10,000	10,000	0	0
72 雑収入	10,000	10,000	0	0
73 雑収入	10,000	10,000	0	0
74 雑収入	10,000	10,000	0	0
75 雑収入	10,000	10,000	0	0
76 雑収入	10,000	10,000	0	0
77 雑収入	10,000	10,000	0	0
78 雑収入	10,000	10,000	0	0
79 雑収入	10,000	10,000	0	0
80 雑収入	10,000	10,000	0	0
81 雑収入	10,000	10,000	0	0
82 雑収入	10,000	10,000	0	0
83 雑収入	10,000	10,000	0	0
84 雑収入	10,000	10,000	0	0
85 雑収入	10,000	10,000	0	0
86 雑収入	10,000	10,000	0	0
87 雑収入	10,000	10,000	0	0
88 雑収入	10,000	10,000	0	0
89 雑収入	10,000	10,000	0	0
90 雑収入	10,000	10,000	0	0
91 雑収入	10,000	10,000	0	0
92 雑収入	10,000	10,000	0	0
93 雑収入	10,000	10,000	0	0
94 雑収入	10,000	10,000	0	0
95 雑収入	10,000	10,000	0	0
96 雑収入	10,000	10,000	0	0
97 雑収入	10,000	10,000	0	0
98 雑収入	10,000	10,000	0	0
99 雑収入	10,000	10,000	0	0
100 雑収入	10,000	10,000	0	0
合計	150,000	150,000	0	0

科目	予算額	決算額	繰越金	繰越金
1 会費支出	20,000	20,000	0	0
2 補助金支出	50,000	50,000	0	0
3 雑支出	10,000	10,000	0	0
4 雑支出	10,000	10,000	0	0
5 雑支出	10,000	10,000	0	0
6 雑支出	10,000	10,000	0	0
7 雑支出	10,000	10,000	0	0
8 雑支出	10,000	10,000	0	0
9 雑支出	10,000	10,000	0	0
10 雑支出	10,000	10,000	0	0
11 雑支出	10,000	10,000	0	0
12 雑支出	10,000	10,000	0	0
13 雑支出	10,000	10,000	0	0
14 雑支出	10,000	10,000	0	0
15 雑支出	10,000	10,000	0	0
16 雑支出	10,000	10,000	0	0
17 雑支出	10,000	10,000	0	0
18 雑支出	10,000	10,000	0	0
19 雑支出	10,000	10,000	0	0
20 雑支出	10,000	10,000	0	0
21 雑支出	10,000	10,000	0	0
22 雑支出	10,000	10,000	0	0
23 雑支出	10,000	10,000	0	0
24 雑支出	10,000	10,000	0	0
25 雑支出	10,000	10,000	0	0
26 雑支出	10,000	10,000	0	0
27 雑支出	10,000	10,000	0	0
28 雑支出	10,000	10,000	0	0
29 雑支出	10,000	10,000	0	0
30 雑支出	10,000	10,000	0	0
31 雑支出	10,000	10,000	0	0
32 雑支出	10,000	10,000	0	0
33 雑支出	10,000	10,000	0	0
34 雑支出	10,000	10,000	0	0
35 雑支出	10,000	10,000	0	0
36 雑支出	10,000	10,000	0	0
37 雑支出	10,000	10,000	0	0
38 雑支出	10,000	10,000	0	0
39 雑支出	10,000	10,000	0	0
40 雑支出	10,000	10,000	0	0
41 雑支出	10,000	10,000	0	0
42 雑支出	10,000	10,000	0	0
43 雑支出	10,000	10,000	0	0
44 雑支出	10,000	10,000	0	0
45 雑支出	10,000	10,000	0	0
46 雑支出	10,000	10,000	0	0
47 雑支出	10,000	10,000	0	0
48 雑支出	10,000	10,000	0	0
49 雑支出	10,000	10,000	0	0
50 雑支出	10,000	10,000	0	0
51 雑支出	10,000	10,000	0	0
52 雑支出	10,000	10,000	0	0
53 雑支出	10,000	10,000	0	0
54 雑支出	10,000	10,000	0	0
55 雑支出	10,000	10,000	0	0
56 雑支出	10,000	10,000	0	0
57 雑支出	10,000	10,000	0	0
58 雑支出	10,000	10,000	0	0
59 雑支出	10,000	10,000	0	0
60 雑支出	10,000	10,000	0	0
61 雑支出	10,000	10,000	0	0
62 雑支出	10,000	10,000	0	0
63 雑支出	10,000	10,000	0	0
64 雑支出	10,000	10,000	0	0
65 雑支出	10,000	10,000	0	0
66 雑支出	10,000	10,000	0	0
67 雑支出	10,000	10,000	0	0
68 雑支出	10,000	10,000	0	0
69 雑支出	10,000	10,000	0	0
70 雑支出	10,000	10,000	0	0
71 雑支出	10,000	10,000	0	0
72 雑支出	10,000	10,000	0	0
73 雑支出	10,000	10,000	0	0
74 雑支出	10,000	10,000	0	0
75 雑支出	10,000	10,000	0	0
76 雑支出	10,000	10,000	0	0
77 雑支出	10,000	10,000	0	0
78 雑支出	10,000	10,000	0	0
79 雑支出	10,000	10,000	0	0
80 雑支出	10,000	10,000	0	0
81 雑支出	10,000	10,000	0	0
82 雑支出	10,000	10,000	0	0
83 雑支出	10,000	10,000	0	0
84 雑支出	10,000	10,000	0	0
85 雑支出	10,000	10,000	0	0
86 雑支出	10,000	10,000	0	0
87 雑支出	10,000	10,000	0	0
88 雑支出	10,000	10,000	0	0
89 雑支出	10,000	10,000	0	0
90 雑支出	10,000	10,000	0	0
91 雑支出	10,000	10,000	0	0
92 雑支出	10,000	10,000	0	0
93 雑支出	10,000	10,000	0	0
94 雑支出	10,000	10,000	0	0
95 雑支出	10,000	10,000	0	0
96 雑支出	10,000	10,000	0	0
97 雑支出	10,000	10,000	0	0
98 雑支出	10,000	10,000	0	0
99 雑支出	10,000	10,000	0	0
100 雑支出	10,000	10,000	0	0
合計	20,000	20,000	0	0



高齢者による「地域支え合い推進事業」役員懇談会

地域支え合い活動の重要性を再認識

3月19日（火）、理事会終了後に高齢者による「地域支え合い推進事業」の役員懇談会が行われました。県老連では令和3年度から地区ブロック老連連絡協議会と連携して「地域支え合い・友愛活動」の推進のため研修会を開催しています。この研修会の効果について情報を収集するため、県老連役員による懇談会を初めて開催しました。

いながら一人暮らし高齢者宅の除雪を行っていること、ゴミ出し協力が会員の高齢化に伴い協力体制が作れないことから登校途中の中学生にボランティア活動として協力してもらえないかと学校に要望を行ったこと、地域の一人暮らし高齢者が10日ほど見かけないことから地域で心配した方々が警察に協力してもらい安否を確認したエピソードなどの情報がありました。

懇談会では、地域支え合いの取り組みは行っていないという市町村老連もあったので、本会の今後の取り組みとして、県老連の事業計画にもあるとおり『健康づくり活動』から『地域支え合い活動』への意識の改革を図るべく、地域支え合い・友愛活動の支援と事例および情報を発信していきます。

豪雪地域で必要とされる除雪問題は、社協や行政に協力してもら

り『健康づくり活動』

研修内容【必須科目】老人クラブの地域支え合い・友愛活動」基礎知識

地区ブロック（当番）	選択科目
東南村山地区（山形市）	成年後見人制度について
	講師：山形市社協
西村山地区（河北町）	防犯のための地域支え合い活動
	講師：寸劇サークル SKIT
北村山地区（村山市）	認知症を理解するための学習
	講師：東根市社協
最上地区（新庄市）	福祉サービス利用援助について
	講師：新庄市社協
置賜地区（長井市）	認知症サポーター養成講習
	講師：長井市地域包括支援センター
庄内地区（酒田市）	人生会議～自分らしい人生を選択する～終活と地域支え合い
	講師：酒田市高齢者支援課

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

電気設備工事・設計・施工
消防設備工事・設計・施工・点検

有限会社 佐々木電気

東田川郡庄内町余目字三人谷地 147
TEL:0234-42-2598
FAX:0234-42-2649

HATADA

有限会社 畑田鐵工所

鶴岡市下清水字内田元72-40
TEL 0235-23-2412

小さな修繕工事から新築まで

延味建設
一級建築士設計事務所

高齢者対応リフォーム
●床の段差解消 ●出入口の拡張 ●手スリの取付 等

オール電化住宅
●ジョイ・コス住宅システムによる

鶴岡市山王町16-17 ☎0235-24-7039

総合建設業

有賀建設株式会社

鶴岡市茅原町 19 番 51 号
TEL (0235)24-5135 (代)
FAX (0235)24-5140
<https://arigakk.com/>

株式会社 五十嵐建業

総合建設業・電気工事業

樹木の伐採 承ります

五十嵐工業 株式会社

酒田市広野字福岡460-1
TEL 0234-92-3755



山形県議会厚生環境常任委員会との意見交換会

高齢者支援を巡る活発な意見交換



遠藤委員長のごあいさつ

本会役員と意見交換を行いたいという依頼で実現しました。

県議会の遠藤委員長は、「老人クラブの方々の生の声を聞きたい、地元

のクラブに加入したが役員の成り手がいなく解散してしまった」とごあいさつの中にも老人クラブが抱える問題について触れました。その後、委員長より委員紹介があり、本会

5月13日（月）、県総合社会福祉センターにおいて山形県議会の厚生環境常任委員と県老連役員の意見交換会が行われました。

今回、県議会より厚生環境常任委員会の現地調査活動として

らも会長のごあいさつと役員の紹介を行って、大津常務より地域の老人クラブ活動の様子や山形県のクラブ数や会員数、本会の運営や予算状況を説明しました。

意見交換会は各委員からの質問形式で行いました。

【厚生環境常任委員からの質問①】

地域における高齢者の居場所が多様化しているため、他団体の事業と重なる部分が多いのではないかと。事業の集約などの見直しも必要と思われるが、老人クラブが連携を取っている団体とはどんなところか？

【県老連の回答】

町厚生保護婦人会から依頼があつてパラリンピックで話題となった「ボッチャ」講習会を小学生と交流しながら行った。市町村老連事務局の半数は社協職員が担当していることから、社協や行政とも連携を取っている市町村が多い。

【厚生環境常任委員からの質問②】

全国的に見ても山形県は若しくは会員が減少している、その要因は？

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》



貨物自動車運送事業
貨物利用運送事業

株式会社 酒田ラインサービス

山形県酒田市錦町四丁目1番地の22

☎0234-31-5300

株式会社 長浜建設

酒田市木川字東中道39番地の2

☎0234-93-2138



建築技能集団 / 1級建築士事務所

有限会社 佐藤建築工房

酒田市砂越字粕町70-34

☎0234-52-3009



山形県知事許可（般-2）第702094号
塗装・吹付工事・防水工事
シーリング工事
ハウスクリーニング

株式会社 ヒラムキ

酒田市東両羽町5-3

☎0234-25-3267

夢開発

「お客様の夢」「社員の夢」「地域の夢」
が調和してこそ
満足できるモノづくりが可能になると考えております。

Total Construction For The Future.



笠原建設工業株式会社

鶴岡市日枝字鳥居上18

TEL:0235-22-0781

食事のヒント

高血圧予防

ポイント
減塩は

1. だしを効かせる
2. 香りを利用する
3. 酸味を利用する
4. 油を利用する
5. 食材本来の持ち味を生かす





【県老連の回答】
若手と呼ばれる60～70代の加入が少ないことから会員が高齢化している。平成25年ごろに若手委員会を設置した市町村もあるが、それから10年が経ち若手委員が高齢化している。
また、クラブの会長や役員だけで解散を決めてしまうところがある。市町村老連に所属して事業に参加したい会員がいるのに会員ではなくなるため、1クラブが解散すると大規模に会員数が減少することになる。



奥に厚生環境常任委員、手前が本会役員

時代に見合った新しい事業なども展開すべきでは？ 何か検討しているのか。
【県老連の回答】
介護予防や健康づくりなどの事業が多くみられるが、今後は文化的な事業または地域の伝統活動などの視点でも事業を展開すべきと考えている。高齢者の知恵や知識、これまで培ったさまざまな技術は宝物であり、活動にやりがいがあることで生きがいを感じることが事業として前に進んでいきたい。

【厚生環境常任委員からの質問③】
老人クラブは老人福祉法に守られている団体、改めて支援すべき団体と思うが、補助金が令和7年度以降減額されているがどうして？
【県老連の回答】
老人クラブ事務お助け隊事業が令和6年度をもって終了となるため減額となる。



最後に記念撮影

【終わりに...】
老人クラブは法に守られた団体であること、時代の変化に伴って事業や予算の見直しを厚生環境常任委員とともに考えていきたいとのこと。本会にとって新たな光の方向へ一歩踏み出したひと時でした。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

酒田市上下水道指定工事店

丸芳設備工業 有限会社

酒田市大宮町三丁目19-18

☎0234-24-1766

新車・中古車販売
車検・メンテナンス 一般貨物輸送

株式会社 **ひさげ運輸**
エス・キャリー

山形県東田川郡庄内町余目字滑石55-1

☎0234-45-0155

防犯カメラ取扱いしています。

新しい安全を考える...



庄内防災工業 株式会社

本社：酒田市亀ヶ崎四丁目20-11

☎0234-24-4334

鶴岡営業所：鶴岡市新形町8番29号

☎0235-24-8139

新庄営業所：新庄市上金沢町8-23

☎0233-23-3200

電気設備 設計・施工



有輝電気 有限会社

酒田市南新町2丁目3番22号

☎0234-21-9611

星川設備工業株式会社

東田川郡庄内町狩川字内北割41-1

TEL 0234-56-2637



土木
一般土木 下水道 海洋土木 舗装
建築
一般建築 内装外装 リニューアル工事 建物診断
橋端改良技術協会会員・常温金属溶射システム-MS工法
地球温暖化改善・エコクリーンソイル取扱い・代理店

有限会社 **酒田土木**

酒田市大浜一丁目4-75

TEL 0234-33-0767



能登半島震災救援拠金・賛助会員の協力金報告

①能登半島地震災害 救援拠金へのご協力 ありがとうございました

令和6年元日に発生した「能登半島地震」は、石川県の能登地方を震源とし、富山県、福井県、新潟県など広範囲にわたり建物崩壊や津波被害、地盤の隆起やがけ崩れによる道路の寸断など甚大な被害をもたらしました。1月の寒さ厳しい中、電気やガス、水道が止まるなど厳しい避難生活をお過ごしなされた被災地の方々に、全国老人クラブ連合会が高齢者の友愛の心として被災地への励ましと老人クラブ等への救援・支援を行うため「令和6年能登半島地震救援拠金」を全国に展開、本会も趣旨に賛同し市町村老連に協力の依頼を行いました。

4月30日までの間に総額88万4955円が集まり、本会から全国老人クラブ連合会へ送金しております。また、地域の社協や共同募金会、関係機関を通じて単独で救援金にご協力いただいた市町村老連にも心温まる活動へ感謝申し上げます。

【協力老連】

鶴岡市鶴岡支部、藤島支部、酒田市平田支部、新庄市、長井市、東根市、大石田町、金山町、小国町、三川町、庄内町、県老連職員（山辺町、遊佐町は8月末に送金予定）

【他機関への協力老連】

寒河江市、上山市、川西町、飯豊町



②賛助会費のご報告

令和5年度の賛助会員の皆様、ご協力ありがとうございました！

令和5年度も個人3名、企業・団体より1団体にご支援いただきました。心より厚く御礼申し上げます。

【令和5年度賛助会員】

◆個人会員（3名）

高橋 潔さま

（寒河江市）

矢口 實さま

（新庄市）

大津 歩美さま

（上山市）

◆企業・団体会員（1団体）

コロナ協会

賛助会員として、本会活動への参画と支援をお願いします。

これら事業のより一

層の充実を図るため、

賛助会員の制度を設け

ました。ぜひ趣旨にご

賛同いただきご支援、

ご協力をお願いいたし

ます。

◆会費◆

企業会員・団体会員

一口：5000円

個人会員

一口：1000円

会費は、高齢者の健康づくり・介護予防推進事業や地域支え合い等推進のために運用させていただきます。

◆賛助会員へのサービス◆

（1）会報「陽だまり」の送付等を通じた情報の提供

（2）会報「陽だまり」へ賛助会員名簿の掲載（※年1回）

（3）きららクラブ山形のホームページに法人名を掲載

（4）主催事業のうち必要と認める事業等の案内または招待

（5）その他、会長が必要と認めた事項または事業

お問い合わせ先は、きららクラブ山形（一般社団法人山形県老人クラブ連合会）まで

TEL 023-622-5601

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

丸勝鉄工株式会社

飽海郡遊佐町藤崎字茂り松157-24(鳥海南工業団地内)

TEL:0234-31-7157

食品業界のニーズにあった製品創り



竹本産業株式会社

あくみくんゆざまち

飽海郡遊佐町藤崎字茂り松157番31

TEL 0234-75-3033



太陽光発電のパイオニア

株式会社 グリーンサービス

酒田市浜松町77番40

TEL:0234-31-7356



建設仮設足場

株式会社 ヌマザワ

山形県知事許可(般-23)第701860号

酒田市豊里字上割7-3

TEL.0234-31-7105



来生建築



来生建築不動産株式会社

酒田市米島字上田中61の1番地

TEL.0234-28-3305

MAIL:kisugi01@gmail.com



日本産業規格表示認証工場

ダイカン物産株式会社

総合生コン

酒田市北浜町4番39号

TEL.0234-33-1811



体験レポート

シニア向けeスポーツ体験に

行ってきました

最近、テレビやラジオでも話題の「eスポーツ」をご存じですか？

eスポーツとは、コンピュータゲームをチェスや将棋のように競技として捉え、パソコンなどの電子機器を使って個人またはグループで対戦を行うことです。

今回、一般社団法人

山形市老連の役員も同じ日の体験となり、

何かもわからない状態でパソコンに触れることもできなかった参加者ですが、終盤にはもう一度やらせるとパソコンを自ら操作するようになつていつの間にかeスポーツの楽しさにハマっていました。



パソコン操作の指導を受ける



操作を覚えると楽しさが分かった

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》 ■

看板企画・設計・施工

有限会社

京野工業

一般社団法人 日本屋外広告業団体連合会加盟
山形県屋外広告業登録第219号

新庄市五日町字桂堰 1186-3

TEL.0233-23-3199



■一般区域貨物自動車運送事業 ■建設業
(新自貨第224号) (般-3)700720号
■産業廃棄物収集運搬業 ■解体工事業
(第0605065544)

富樫運輸建設株式会社

東田川郡庄内町小出新田字大谷地52-6

TEL0234-42-0278

瓦 建築の美は瓦から
各種屋根工事設計・施工

立川窯業株式会社

☎999-6601 東田川郡庄内町狩川字小縄2-1

TEL0234-56-3825

FAX0234-56-3520

株式会社

マルコウ環境

営業品目

各種廃水処理施設維持管理
し尿収集運搬・浄化槽維持管理
産業廃棄物・医療廃棄物収集運搬

最上郡真室川町大字新町 781-9

TEL:0233-62-3129

チラシ・ポスター・記念誌・句集

印刷物のことなら
ニチコミへ
ご相談ください



株式会社 ニチコミ

品川区大井 1-24-5-7F ☎03-5718-3900

住みよい地球環境づくりに努力する

総合建設業



神室工業株式会社

最上郡真室川町大字平岡 1750-1

TEL:0233-62-2229



高齢者保養施設のご案内

令和6年度は、県内7社県外1社からご協力いただきました。4月にはガイドブックを発行し、市町村老連を通して各单位クラブに配布をしています。ぜひご活用ください。



【令和6年度高齢者保養施設】

	施設名	住所	電話番号
蔵王温泉	名湯リゾート ルーセントタカミヤ	〒990-2301 山形市蔵王温泉 942	023-694-9135
蔵王温泉	ホテル松金屋アネックス	〒990-2301 山形市蔵王温泉 1267-16	023-694-9706
株式会社 朝日自然観	ホテル自然観	〒990-1574 西村山郡朝日町白倉 745-1	0237-83-7111
鳥海温泉	鳥海自然文化館 遊楽里	〒999-8521 飽海郡遊佐町吹浦字西浜 2-76	0234-77-3711
小野川温泉	湯杜 匠味庵 山川	〒992-0076 米沢市小野川町 2436	0238-32-2811
暮点温泉	株式会社村山市余暇開発公社 クアハウス暮点	〒995-0209 村山市暮点 1034-7	0237-56-3351
大石田温泉	あったまりランド深堀 「虹の館」	〒999-4134 大石田町大字豊田 884-1	0237-35-5353
中山平温泉	鳴子やすらぎ荘	〒989-6832 宮城県大崎市鳴子温泉字星沼 18-2	0229-87-2121

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》 ■

水まわりの事やエアコン、
ボイラーの不具合など
設備のことならなんでも、
ご相談ください

株式会社 ヒラタ住工設備

新庄市千門町5-1
TEL 0233-23-0990

浄化槽保守点検・一般廃棄物収集運搬

新庄最上清掃事業組合

各市町村ごみ委託業者
最上地区廃棄物委託組合

山形県新庄市十日町 1485-3
TEL・FAX (0233)22-9179

技術・未来への約束

沼田建設株式会社

山形県新庄市
大字鳥越 1780-1
TEL 0233-22-6811

あなたの人生を
1冊の思い出に。

株式会社 ニチコミ
http://www.nichicomi.com/
〒140-0014 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7F
TEL.03-5718-3900 FAX.03-5718-3901
会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

快適環境づくり

上下水道・衛生・冷暖房設備工事
給排水衛生設備工事設計施工

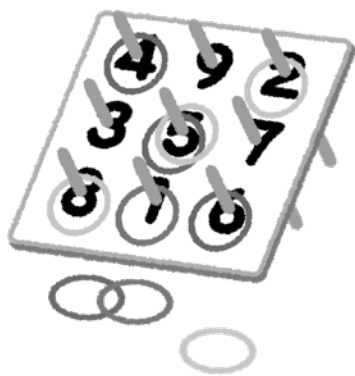
**日本衛生工事(株)
新庄営業所**

〒996-0031 山形県新庄市末広町1-30
TEL.0233-22-2666 FAX.0233-23-3502

機械修理 各種溶接

村上鉄工所

新庄市鳥越518-2
TEL 0233-22-3135



今回の質問者さんは？
質問者：Dさん
 投げた輪が棒の先に引っ掛かりぶら下がるような状態になってしまいました。
 こういう時は得点になるのかならないのか、また残りの輪をこのまま投げ続けても良いのか教えてください。

回答：ワナゲ先生
 投げた輪が棒の先に引っ掛かる状態とは、※図1のような形のことですね。
 これは、9本すべての輪が投げ終わった時点でも棒の先に引っ掛かっている場合は、得点になりませんので、得点を計算する前に外しましょう。
 ただし、輪を投げている途中で残りの輪が存在するとき（投げる輪が2〜3本残っている

先生、おしえてくれ！

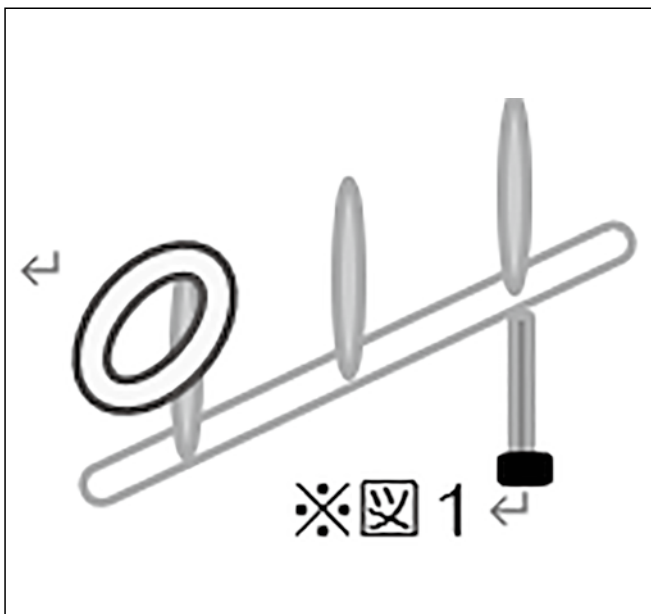
『公式ワナゲQ&A』



このコーナーでは、公式ワナゲの「いまさら聞けない！いつも疑問に思うこと」をワナゲの先生が特別指導をしてくれるコーナーです。

るとき）は、そのままプレーを続けてください。途中で棒から落ちて輪の中に棒が入っている場合は得点として数えられません。棒から外れた場合、または終わった時点で棒にぶら下がっている場合は得点にならないと覚えてみましょう。

また、9本すべての輪が投げ終わっていないのにぶら下がった輪を取り外すのはルール違反になりますので気をつけてください。



食べ物数え歌♪

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。
 鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。



元気に長生きするための食生活

- 心掛けたい10項目です。
- 食生活をチェックしてみましょう♪
- 毎日、朝・昼・夕の3食を食べている
 - 肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを毎食食べている
 - 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
 - 野菜やイモ類、海藻類は毎日食べている
 - 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでいる
 - お茶などの水分をこまめにとっている
 - 食欲が無い時はおかずから食べている
 - 体重を定期的に量っている
 - 噛む力を維持するために歯は（義歯も）定期的に点検している
 - 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている



「やらない工夫よりやる工夫」をモットーに



河田 竜二さん
戸沢村老人クラブ連合会

戸沢村は人口約4000人、山形県の北部・最上地方に位置し、村のほぼ中央を日本三大急流の一つ「最上川」が東西に流れる、四季の香りと舟唄がこだまする村です。

自然豊かな土地で、四季折々の景色が堪能できる「最上川舟下り」には、国内外から年間約9万人が訪れ、村の一大観光地となっています。

戸沢村老人クラブ連合会は昭和38年に結成し、令和6年現在まで途切れることなく続いてきました。現在の会員数は約230人、クラブ数は9クラブまで減少してしまいましたが、今年度は再加入クラブもあり、さらなる会の拡大を画策しています。

私は令和2年度に前任者より引継ぎ事務局となりました。

神奈川県横浜市より移住してきて福祉の仕事に就くことも初のことでしたので、初めはおっかなびっくり仕事をしていました。戸沢村老人クラブ連合会の会員の方々は優しいのですぐ打ち解けることができました。感謝です。

私が事務局に就いたのはコロナ禍真っ只中の折でした。さまざまな事業の中止を余儀なくされ、会員の皆さんが一番楽しみにしていた「カラオケ大会」も中止せざるを得ない状況でした。2年間の中止を経て、なんとか形を変えてでも開催することではできないかと、会長や関係皆様方と模索し、ゲストの歌を楽しむ「歌謡曲を楽しむ会」という、名称や内容を変更することとで3年ぶりに開催できたことが記憶に新しいです。まだ「コ

ナがら類になる以前のことでしたので、多少のリスクを負いながらも感染対策など滞りなく行い、皆さんと無事楽しい時間を過ごせたことがうれしかったです。

昨今、人生を個人で楽しむ方たちも増えているように感じます。ですが、地域をあげて、村をあげて、集団の中で活動を楽しむ。そういったことも豊かな人生には必要不可欠なのではないかと思っています。戦後から続いてきた老人クラブの長い歴史の中には活動への確かな期待と、プライドがあると感じています。

先人から引き続くこの素晴らしい活動を時に踏襲し、時にアップデートを加えながら、今できる最大限の形に合わせ続けていきたいと思っています。



歌謡曲を楽しむ会（令和5年11月30日）



ロコモティブシンドロームの予防

「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。

症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- | | |
|--|---|
| ☐ 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い | ☐ 片足立ちの状態で靴下を履くことが出来ない |
| ☐ 手すりがないと階段の上り下りが困難 | ☐ 2kg 程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい |
| ☐ 15 分以上連続して歩き続けられない | ☐ 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難 |
| ☐ 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない | |

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウオーキングなど運動をすることで予防しましょう。



佐藤正知元常務理事兼事務局長を まさちか

思い出

(編集後記)

先日、とある地区ブロック連絡協議会の研修に出席したときのこと、開会のあいさつの中に、私にとつて親しみがある人の名前が聞こえてきました。昭和時代に老人クラブ活動指導員として事務局を担当していた方が、「山形県老連は高齢者の富士登山や沖縄県と毎年交流するなど今では考えられないような事業を展開、佐藤正知常務が計画して賑やかで活力ある団体でした」というお話。

佐藤正知常務理事とは、私の元上司であり人生の師と仰ぐ人です。

昭和49年に山形県老連を任意団体から社団法人に設立した人でした。破天荒な人と思われることが多いのですが、本当は繊細で少し小さな一面もあり、とても気が優しい上司でした。

15年前、私が県老連に入職したとき、できるだけ行動を共にして市町村老連や企業との顔つなぎをするから付いて来いと言われ出張に行く日々。人との付き合い方や会議のあり方などを

直に教えてくれました。出張が終わると毎回「反省会」と称した晩酌に付き合い、新人の私は「名刺を切らすな」「資料は余分に持つてこい」「約束の時間は守れ」と何度も注意されたものでした。沢山の資料や余分な名刺を持つて大柄の私が走って行動するため、いつしか私はスカートとヒールのある靴を履かなくなり、重いバックを持つて必死に走って仕事をしていました。

数年が経ち、ある程度仕事を任せてもらえるようになったころ、仕事の量が増えて思うように事が進まず悩んでいたときのこと。佐藤常務から「一つずつ、ゆっくりで良いから一つずつやること」と、落ち着いた声でお願いしますように言われたとき、私はこの言葉にどれだけ心が救われたかわかりません。あれもこれもしようとするから中途半端な仕事が増えるのだと、自分の仕事のやり方を見直すことができました。

今でも仕事に追われストレス

になっていると感じた時は、軽く深呼吸をして自分の心に「一つずつ、それでいい」とささやくようにしています。

4月29日、佐藤正知元常務理事兼事務局長はご逝去されました。

ここに謹んで哀悼の意を表し、心からお悔やみ申し上げます。

二人でいると上司と部下というより、親子なのか漫才師なのかと思われるくらい息の合う仲でした。奥様から訃報を受けたとき、私の心に佐藤常務の声が聞こえました。

「歩美、ひとつの時代が終わったんだよ・・・」と。

その後に続く言葉は「悲しいことはないよ」とか「これからはお前の時代だよ」などそんな言葉があるのかもしれないが、あえて続く言葉を残さずそつと私の心にメッセージを置いて行ったのは常務らしいなと思いました。

佐藤常務が残してくれた老人クラブを大切に、私らしく、一つずつ、ゆっくり人生を歩んでいきたいと思えます。今まで育ててくれてありがとうございます。

山形県老人クラブ連合会

常務理事兼事務局長

大津 歩美

健康 コラム

とってもべんり

お薬手帳を持ちましょう!

お薬手帳を持っていると...

- ・複数の病院にかかっている、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- ・過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- ・災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- ・かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も
記録しておく
とより適切な処方に
役立ちますよ。





きららクラブ山形からのお知らせ

第58回山形県老人福祉大会

期間 令和6年9月4日（水）

場所 酒田市民会館「希望ホール」

参加対象および人員 老人クラブ会員・役職員、社会福祉関係および大会に関心のある県民1,000名（被表彰者を含む）

参加申込・お問合せは、各市町村老人クラブ連合会事務局または県老人クラブ連合会事務局まで。



第58回山形県老人福祉大会会場の酒田市民会館「希望ホール」

第17回公式ワナゲ全国交流大会

期間 令和6年10月10日（木）

場所 山形県総合運動公園「サブアリーナ」

募集参加チーム 70チームまで

参加の申込は、開催要綱が整い次第、各市町村老連事務局へ出場枠を設定し通知いたします。（7月上旬を予定）

市町村老連で参加を取りまとめお申込みください。

持続可能な運営のための 協力金報告

持続可能な運営のための協力金へのご協力ありがとうございます

県老連は、市町村老連を通じて皆

様からいただいている会費と国や県からの補助金で運営していますが、

会員減少による会費減収や補助金の

一部が令和6年度に終了する見込み

であることから運営が不安定となっ

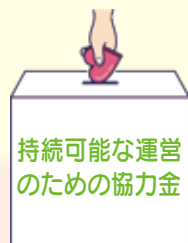
ています。そのため、会員の有志から協力を募り県

老連が継続的に運営を行えるようご

支援いただきまし

た。

皆様にご協力いただいている協力



金は、老人クラブの事業に大切に使用させていただきま

す。

今後ともご理解

いただきご協力の

継続をお願いいた

します。

令和6年1月12

日～5月31日まで

ご協力いただいた

金額 25万7583円

【協力老連】6カ所

新庄市、寒河江

市、東根市、真室

川町、白鷹町、三

川町（五月会、押

切寿会、長生会、

永寿会

スポンサーへの御礼

本紙発行に際しまして、ご協賛いただきましたスポンサー各位に対し、厚く御礼申し上げます。今後も倍旧の御厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《北部版》

年間約1,000円程お得！

フロ・グラン 24時間風呂

大好評ですよ！

320,000円

高齢者の「足」誕生

●普通免許が必要です ●車検不要です

●ヘルメット装着義務ありません

●家庭のコンセントで充電

●1回の充電で

走行距離50kmと100kmの2種類

●速度45km、電気代走行1kmあたり約1円

電動原付 自転車 まめ吉II 150,000円(折り畳み式)

電動ミニカー 佐吉 298,000円

LEGEND Carpenter 齋藤建築

・新築

・外構工事

・水回りリフォーム

・塗装（外壁、屋根）

・集成材、フローリング販売

・日本の家具・材木の輸出

・屋根の葺き替え工事

・その他各種リフォーム

など

鶴岡市末広町11-23 Tel.0235-35-1987

人と人との結びつき
心の音と音をつなげる

～レガート～

LEGATO

クリーンサービス

遺品整理士・特殊清掃士による

酒田市松美町1-56

0120-993-897

海洋散骨 / 代行散骨 / 粉骨処理 / 墓じまい

故人を想う ご遺族の気持ちを第一に

山形遺品整理サービス

遺品整理士の有資格者常駐

鶴岡市芽原町28-74

TEL.0235-64-1180

見積り・ご相談、まずはお問い合わせください

いつも新鮮 近くて便利

うまいものなら なんでも

トー屋

TEL:0234-22-6011(代)

http://www.toichiya.co.jp